

# 金繕い

Kintsugi

Storie di donne e di uomini che raccontano la loro vita  
per trasformare le ferite della propria anima  
in musica e letteratura

## Come un'Onda Silenziosa

A cura di Marcella Mammone  
[www.kintsugiart.it](http://www.kintsugiart.it)

Ricordo che ero una ragazza semplice, come tante altre alla mia età, a quei tempi: sempre buona e calma con tutti, di buone maniere, rispettosa, paziente, con tanto amore da donare e sogni variopinti per il mio futuro. Amavo le piccole cose, come fermarmi ad osservare i fiori e gli alberi, dipingere, ballare e fare lunghe passeggiate nella natura: in tutto di essa, dai grandi alberi secolari ai piccoli fiori, riuscivo a vedere e sentire qualcosa di divino, una forza primordiale che fa muovere il mondo e ci connette tutti con qualcosa di inspiegabile. Ero anche abbastanza brava, a scuola: prendevo voti alti, specialmente in educazione artistica, la mia materia preferita. Sognavo, infatti, di iscrivermi al liceo artistico subito dopo la scuola media, data la mia passione per la pittura e per l'arte. Uno tra i tanti miei sogni che, però, presto sarebbero stati chiusi a chiave in un cassetto per molti anni.

“Cosa puoi guadagnarci dall'arte? Frequenterai ragioneria”, fu la decisione dei miei genitori al posto mio. All'epoca era molto difficile, per una ragazza soprattutto, essere liberi di seguire le proprie inclinazioni e passioni, i propri desideri e sogni più segreti. E come potevo oppormi a quella decisione, non sapendo neanche se ne avevo il diritto? Così, sentii di non avere altra scelta che seguire il volere dei miei genitori: iniziai, dunque, a frequentare un istituto scolastico di ragioneria gestito dalle suore.

Tra i banchi di scuola, a soli 16 anni, mi innamorai. Lui era un ragazzo romantico e molto misterioso, che mi faceva una corte spietata senza mai demordere. Un giorno qualsiasi si presentò di sorpresa fuori alla porta di casa mia, con dei fiori e una proposta di matrimonio; io, a quei tempi, avevo appena compiuto vent'anni ma sentii, ancora una volta, di non avere altra scelta che dire sì, sentendo quella come una delle prime cose giuste da dover fare nella mia vita da giovane donna. Infatti, all'epoca, quello era il *destino* delle ragazze come me: sposarsi in giovane età e intraprendere, così, sin da subito una rigorosa devozione al marito e alla vita domestica, che non poteva lasciare spazio a nient'altro, in una società in cui i ruoli di noi donne erano ancora fin troppo definiti dagli uomini.

Ed andò proprio così: quel matrimonio non lasciò più alcuno spazio alle mie passioni, come il ballo e il disegno, né alla mia arte e voglia di esprimermi. A quel punto la mia unica missione era stare accanto a quell'uomo “*nella buona e nella cattiva sorte*” – avendo sposato, insieme a lui, quegli ideali e quell'idea di destino femminile da tutti tacitamente condivisi. Cominciai, dunque, ad affezionarmi, ad abituarli ad amarlo – sentendomi in dovere di accettarlo in tutti i suoi lati, anche quelli ancora troppo oscuri.

Andammo da subito a vivere insieme, in una villa grandissima e fastosa, circondata da infinite distese di ulivi e pini, tipici delle zone campestri del sud Italia. I nostri vicini di casa erano i parenti stretti di lui: i suoi genitori e i suoi nonni, insieme ai suoi fratelli. Vivevano nella villa accanto, ancora più grande della nostra, di recente ristrutturata: due piani, ampie vetrate

moderne con vista sulla nostra villa, un giardino grandissimo e rigoglioso dove condividevamo pranzi e cene d'estate.

All'inizio conducevamo una vita semplice, fatta però di rigide regole: non potevo far tardi la sera, dovevo rientrare a casa massimo alle 19 e dirgli sempre dove andavo. Non mi era consentito uscire con altre persone, ma sempre da sola, e solo per fare la spesa o occuparmi di faccende esclusivamente legate alla casa; non potevo socializzare con nessuno, neanche avere un'amica. La divisione dei ruoli mi fu chiara sin da subito: lui dettava ordini e io dovevo solo ubbidire, servendolo in tutto ciò di cui aveva bisogno.

E fu così che pian piano iniziai a sentirmi come un passerotto ingenuo e indifeso intrappolato in una grande gabbia d'oro, controllata dall'uomo che avevo sposato e dai complici della porta accanto - freddi custodi anch'essi della mia libertà, neri avvoltoi silenziosi che svolazzavano e spiavano tutto ciò che accadeva quotidianamente tra quelle sbarre dorate.

Io, in cuor mio, sentivo già di non poter neanche provare ad oppormi agli ordini di mio marito. Ma se qualche volta avessi osato... Cosa sarebbe potuto succedere?

Iniziai a scoprirlo già dai primi mesi di convivenza. Le liti diventavano via via più frequenti, anche quando non ce n'era motivo: era come se, per lui, ogni occasione fosse propizia per arrabbiarsi con me. Una rabbia che, il più delle volte, iniziava purtroppo a tramutarsi in furia feroce, sfogata sul mio corpo, spesso in maniera incontrollabile.

La prima volta che mi colpì neanche la ricordo più, e ancor meno il motivo. Gli abusi diventarono talmente tanti e frequenti che ne persi il conto. Ed erano tutti per motivi così futili, a volte anche cercati a forza dove non ce n'erano, o creati dal niente affinché lui potesse sentirsi giustificato per poter sferzare i suoi colpi sul mio corpo indifeso. Alla fine di ogni episodio di violenza mi portava dei fiori per ottenere il mio perdono e sotto sotto poter sentirsi libero di ricominciare.

*"Non reagire per non morire"*, era il mio credo quotidiano, quello a cui mi ero abituata con gli anni: me lo ripetevo come un mantra nella mente ogni volta che mi provocava. Tacere, con lui e con tutti. Perché anche se avessi parlato, la mia sarebbe stata una *vox clamantis in deserto*, come chiedere aiuto urlando in un deserto senza anime. Decisi di non essere per alcun motivo reattiva. Sopportavo, subivo, incassavo colpi, verbali e fisici - in silenzio, perché una sola parola o reazione di troppo mi avrebbero potuta uccidere. Avevo una paura estrema del provare a salvarmi o a chiedere aiuto, temendo di essere scoperta o bloccata da lui, che avrebbe potuto reagire in maniera fatale. *"Per sopravvivere alla violenza devo starmi zitta"*, ripetevo a me stessa, *"e devo continuare ad aspettare"*.

Così ho sofferto in silenzio, per ben quarant'anni, sotto gli occhi dei suoi familiari, i neri avvoltoi della villa accanto: la loro era una complicità taciuta, di spettatori ignavi e silenziosi di ciò che da anni accadeva e che sapevano sarebbe ancora accaduto. Sapevano tutto, avevano sempre saputo: senza mai aprir bocca. Per lui, per tutti loro io ero ormai solo *“un manico di scopa”*, che valeva niente e meno di niente.

Finché un giorno la furia di lui esplose più incontrollabile che mai. Era appena tornato a casa da lavoro e non aveva trovato la cena pronta: io non ero riuscita a cucinare, quel giorno, perché dopo aver pulito tutta la casa da cima a fondo (era complicato per me riuscire da sola a tenere in ordine e pulita quella villa così grande, soprattutto dopo l'arrivo di tre bambini) mi era venuto un forte mal di schiena che mi aveva costretta a letto. Ma a lui, di questo, non importava niente: quando tornò a casa e non mi vide in cucina, ciò che continuava a frullare nella sua testa era solo quella fastidiosa immagine della tavola non apparecchiata e senza cena pronta. Accecato da un'ira irrazionale, non poté più controllarsi: si precipitò nella camera da letto, dove io ero ancora a riposarmi, mi prese e mi scaraventò violentemente contro il muro, talmente forte da farmi rimbalzare poi contro il termosifone ed infine a terra. In quella brevissima frazione di secondi in cui la mia mente non era ancora riuscita a processare cosa stesse succedendo, il mio istinto e il mio corpo mi hanno preceduta, suggerendomi di cingermi il capo con le braccia e le mani per proteggermi nella caduta finale, quella dalle scale.

Siamo fatti per lottare per la nostra vita, per difenderci e per rialzarci. E io, quel giorno, mi sono rialzata: come un'onda silenziosa che, anche dopo essersi ripetutamente infranta, continuamente rinasce.

Ho spinto il mio corpo con tutta la forza che ancora mi rimaneva verso l'uscio e poi in macchina: ho acceso il motore, con il volto tumefatto e le mani sporche di sangue, e ho guidato fino alla caserma dei carabinieri dove, una volta arrivata, mi sono lasciata completamente andare, perdendo i sensi. Il mio corpo era riuscito a condurmi fino al primo rifugio sicuro, resistendo fino a quando avrebbe potuto abbandonarsi in mani sicure. Il mio corpo, condotto dalla mia forza interiore e dal mio amore per la vita, mi aveva salvata. Prima di allora credevo molto nei miracoli e in Dio, ma dopo quell'episodio ho capito che il più grande miracolo a cui potessi credere era la mia forza interiore, e che Dio viveva forse anche un po' dentro di me, come in tutti i fiori e gli alberi in cui l'avevo sentito.

Fuori da quella gabbia, ero finalmente al sicuro. Fuori da quella gabbia, arrivava il sole, inizialmente accecante – come per un recluso appena riuscito a scappare dopo anni di buia prigionia – ma poi pian piano sempre più avvolgente: quello stesso sole iniziò lentamente ad accarezzare la mia pelle sofferente e a colmare le ferite della mia anima con l'oro dei suoi raggi –

oro terapeutico, che lenisce e abbellisce le ferite, come quello che sgorgava dalle persone che incontravo, dai fiori che accarezzavo, dai medici e specialisti che si sono presi cura di me.

Sono stata trattenuta in ospedale per qualche settimana. In reparto ho incontrato tante altre donne che condividevano, con me, la sofferenza. Ho passato molto tempo con quelle donne, affezionandomi ad ognuna di loro: è stata quella, per me, la prima volta nella mia vita che ho provato la sensazione di avere delle amiche, di vivere l'amicizia.

Il giorno in cui sono stata dimessa mi sono sentita così spaesata: finalmente libera e salva, ma senza sapere ancora chi fossi veramente. Avrei iniziato a conoscere forse per la prima volta quel mondo al di là di quelle sbarre di finto oro della villa in cui avevo vissuto per quarant'anni. Sentivo che quello là fuori era un mondo nuovo, colorato, caotico ma bello, fatto anche di persone pronte ad amarmi e a proteggermi, ad innamorarsi della mia atipica bellezza, venata d'oro e resilienza, come quella delle donne del Centro Antiviolenza che mi hanno poi accolta tra di loro. Ed è stato proprio in queste donne e nel desiderio di aiutarle che ho trovato il mio nuovo *ikigai*, la mia ragione d'essere e di esistere: diventare scrittrice e gettare, con le mie parole, piccole ancore di salvezza per tutte le donne che ne avranno bisogno.

Oggi ricomincio da qui, a scoprire a piccoli passi quel mondo da dove l'avevo lasciato a soli sedici anni: a stupirmi dell'immensità del mare, della delicatezza di un piccolo fiore, della bontà dei frutti della mia terra. Il giovedì è il mio giorno preferito perché vado al Centro Antiviolenza, dove incontro tutte quelle donne meravigliose, con cui ballo, esco, cucino, dipingo. Per il mio compleanno mi hanno regalato tavolozza, cavalletto e tela, sulla quale ho iniziato a dipingere, finalmente, dopo tanti anni. La prima cosa che ho dipinto è il mare, azzurrissimo e venato da onde dorate, libero di essere e di espandersi, di infrangersi e rialzarsi: come il mare che bagna la mia terra, come il mare di vita e di forza dentro di me, che adesso può fluire libero ovunque mi porti il mio cuore.